

## PRECEITOS DE PUERICULTURA

Incontestavelmente, a inserção dos preceitos de puericultura nos versos das certidões de nascimento,, ~ de uma utilidade extraordinária para os pais, no tratamento dos primeiros meses de vida de seus filhos.

Daí a razão do decreto-lei n.o 9.0179 de 23/Fevereiro/1946, tornando obrigatória essa divulgação, pelos Srs. Oficiais do Registro Civil. Acontece, todavia, que nem todos os cartórios vem atendendo a essa salutar orientação, fato que tenho constatado pela razão de meu cargo, ao lavrar óbitos de crianças registradas em várias outras localidades.

Ora, exatamente por causa desses óbitos, é que ocorreu-me de tecer estas despreziosas considerações, objetivando evidenciar o assunto à epígrafe.

Seria pueril afirmar-se que, se os pais dessas crianças estivessem cientes desses preceitos, teriam evitado seu falecimento; no entanto - convenhamos não se pode negar que estariam em melhores condições de tentar evitar o desenlace.

De qualquer forma, porém, uma cousa é certa: todo pai alertado e instruído, está com toda a possibilidade de defender a saúde de seu filho, e essa, sem duvida, a finalidade desses preceitos.

E é isso o que me leva, finalizando, a transcrever os preceitos de referido dec. lei 9.017, crendo estar prestando uma modesta colaboração e contribuindo para a queda do índice da mortalidade infantil neste País.

## PRECEITOS DE PUERICULTURA

Elaborados pelo D. N. Cr. do M. E. S., que deverão constar das certidões de Registro Civil (Decreto-lei n.o 9017, de 23-2-1946).

- 1 - Durante as primeiras 12 horas após o nascimento, a criança não deve mamar, podendo, entretanto, tomar 2 ou 3 colherinhas de água fervida, levemente açucarada, de 3 em 3 horas.
- 2 - É para a mãe dever sagrado amamentar o filho.
- 3 - O leite materno é o melhor alimento para a criança até 6 meses de idade.
- 4 - O peito deve ser dado a criança, regularmente, de 3 em 3 horas; às 6, 9, 12, 15, 18 e 21 horas. Um peito de cada vez.
- 5 - A criança não deve mamar de noite depois da última mamada, às 21 horas. - Esse descanso é necessário a criança, e concorre também para aumentar a produção de leite materno.
- 6 - A alimentação, o sono e outros hábitos da criança deve ser regulado pelo relógio.
- 7 - A melhor posição da mãe dar de mamar ao filho é sentada ou recostada.

- 8 - A criança deve mamar durante 20 minutos de cada vez,
- 9 - O meio prático de verificar se a mãe tem leite suficiente para alimentar o filho é pesá-lo antes e depois de mamar.
- 10 - Se faltar o leite de peito, consulte o médico, pois só ele é que deve orientar a mãe.
- 11 - As crianças precisam de todo asseio, banhos diários, roupas leves, ar livre e sol.
- 12 - A criança pequenina deve dormir o mais possível no berço ou na caminha e não na cama dos pais, dos irmãos maiores e de outras pessoas da família.
- 13 - Toda criancinha com febre, vomito, diarreia, tosse ou qualquer sinal de doença ou fraqueza deve ser levada ao médico com urgência.
- 14 - Mesmo com saúde, leve duas vezes por mês a criancinha ao médico para ser pesada, e saber se ela está se desenvolvendo bem, e, obrigatoriamente, depois de completar 6 meses de idade.
- 15 - A mãe que amamenta, se é sadia, não tem dieta; fica, porem, proibida de usar qualquer bebida alcoólica (cerveja preta, vinho quinado, água inglesa). O álcool ingerido pela mãe passa ao leite determinando perturbações ao filho.
- 16 - Enquanto se desenvolve no ventre materno, o ser humano se nutre de sangue; depois que nasce, esse mesmo sangue se transforma em leite para alimentá-lo.
- 17 - Quer durante a gravidez, quer durante a amamentação do filho, a mãe sadia deve fazer uso de leite, frutas, cereais, legumes, manteiga, pão, carne e peixe.
- 18 - O trabalho excessivo ou prolongado da mulher grávida, sobretudo no último mês de gravidez, é prejudicial, pois favorece o nascimento de crianças prematuras ou débeis. Procure portanto, a mulher grávida repousar o mais possível no último mês de gravidez.
- 19 - O repouso é igualmente necessário à mãe que amamenta, pois favorece a produção de leite.
- 20 - Independente disso, o Departamento Nacional da Criança, enviará, a quem solicitar qualquer esclarecimento, bastando escrever para a Av. Rui Barbosa, 716, Botafogo, ou para a Caixa Postal n.º 1.819, Rio de Janeiro, que será prontamente atendido.

#### DESENVOLVIMENTO DA CRIANÇA

A criança nasce geralmente com 3 quilos

Com 1 mês deve ter 3 kg. 750

Com 3 meses deve ter 5 kg. 200

Com 6 meses terá 7 kg.

Com 1 anos alcança 9 kg.

Com 2 anos chega a 12 kg.

A criança sustenta a cabeça no 3.º mês.

Senta-se no 6.º mês

Firma-se nas pernas no 9.º mês

E começa a andar com 1 ano.

## DENTES

Os primeiros dentes, saem dos 6 aos 8 meses. Com 1 ano devem ter saído 6 dentes, até 1 ano e meio terão saldo 12 dentes e aos dois anos deve haver 16 dentes. Vacine a criança contra varíola (bexiga) entre o 2.º e o 4.º mês e contra a difteria depois de 6 meses de idade.